

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Penyakit *coronavirus* adalah penyakit menular yang disebabkan oleh tipe virus korona terbaru yaitu *SARS-Cov-2*. Penyakit lebih dikenal dengan COVID-19 ini mulai muncul pada akhir tahun 2019 dan menyebabkan pandemi secara mendunia (Lauren M. Sauer, 2020; WHO, 2020). Gejala umum dari pasien COVID-19 adalah masalah pernafasan, batuk kering, serta demam. Pada umumnya, gejala tersebut akan timbul lima sampai enam hari sejak seseorang terinfeksi, dan untuk beberapa kasus, gejala juga dapat muncul pada hari ke-14 (WHO, 2020). Virus ini memiliki tingkat penyebaran yang sangat tinggi, yang dapat terjadi antar manusia melalui air liur dan cairan hidung dari pihak yang terinfeksi. Disamping itu, penularan juga dapat terjadi melalui penyentuhan permukaan atau objek oleh penderita COVID-19 (WebMD, 2020).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI, jumlah warga Indonesia yang terpapar positif penyakit *coronavirus* sampai pada tanggal 2 Mei 2021 adalah sebanyak 1.677.274 orang (Kemenkes RI, 2021). Kondisi positif COVID-19 yang terus meningkat akan menyebabkan dampak negatif di berbagai sektor, dengan dampak terburuk pada sektor ekonomi. Hal ini disebabkan oleh pembatasan pelaksanaan bisnis melalui toko (laring) serta adanya kekhawatiran yang tinggi dari masyarakat dalam berpergian ke tempat seperti restoran, mal, dan pusat wisata,

yang mengakibatkan menurunnya pendapatan para pembisnis dan melemahkan perputaran ekonomi negara.

Bagi banyak orang, penurunan laju ekonomi dapat menyebabkan stres dan bahkan berpotensi berujung pada depresi. Disamping itu, pembatasan sosial yang diterapkan melalui isolasi diri juga dapat memicu timbulnya berbagai macam bentuk emosi negatif, termasuk kekhawatiran yang berlebih, kemarahan dan rasa frustrasi, kebosanan, dan sensitivitas yang terlalu tinggi (Pfefferbaum & North, 2020). Dampak-dampak negatif di atas dapat menyebabkan terdampaknya rantai pasokan kebutuhan, meningkatnya berbagai gangguan mental seperti stres pasca-trauma, depresi, gangguan kecemasan, serta strategi adaptasi yang negatif seperti penggunaan obat-obatan terlarang dan alkohol (Centers for Disease Control and Prevention, 2020; Pfefferbaum & North, 2020; Taylor et al., 2020). Penerapan isolasi ini juga menyebabkan dampak negatif pada relasi antar anggota keluarga karena meningkatnya intensitas interaksi di dalam keluarga (“The COVID-19 Pandemic: A Family Affair,” 2020).

Tidak hanya hal tersebut, pandemi COVID-19 juga meningkatkan angka kematian di Indonesia, dengan jumlah angka sebanyak 45.796 orang per 2 Mei 2021 (Kemenkes RI, 2021). Kondisi ini menimbulkan kedukaan bagi beberapa keluarga, yang dapat memberikan konsekuensi serius untuk perilaku (agitasi, kelelahan, dan penarikan diri), psikologis (depresi, kesepian, dan keinginan untuk bunuh diri), serta fisik kesehatan (peningkatan penyakit dan angka kematian) (Stroebe & Schut, 2021). Pernyataan ini didukung oleh penelitian Neimeyer dan Burke (2020), yang menemukan bahwa secara klinis, kedukaan dapat mengganggu reaksi kesedihan

manusia, menimbulkan tantangan terhadap hubungan dengan pribadi yang meninggal, juga dapat memberikan kerugian secara sosial dan ekonomi. Hal ini pun didukung dengan kondisi dimana protokol isolasi sosial membatasi dukungan sosial dan keterlibatan kehadiran anggota keluarga dalam masa melayat (Menzies et al., 2020). Dengan demikian, korban jiwa secara psikologis, medis, dan ekonomi kemungkinan besar akan meningkat secara eksponensial di masa mendatang akibat pandemi COVID-19.

Pandemi ini dapat memberi dampak yang signifikan terhadap kondisi mental seseorang dan mengubah kehidupan sehari-hari mereka (Lee & Neimeyer, 2020). Meskipun ada perhatian yang cukup besar diberikan untuk mengurangi dampak pandemi melalui perilaku protokol kesehatan dan sarana medis, kebutuhan kesehatan mental masyarakat Indonesia yang berduka akibat kehilangan anggota keluarganya oleh COVID-19 relatif diabaikan. Hal tersebut didukung dengan bukti bahwa kondisi kesadaran masyarakat, pemerintah, dan keluarga terhadap urgensi kesehatan mental masih rendah. Rendahnya kesadaran ini dipicu oleh beberapa faktor, dengan yang pertama adalah stigma yang keliru terhadap gangguan mental, lalu kurangnya pemahaman dan pengetahuan yang mengakibatkan masyarakat tidak melihat gangguan tersebut sebagai sesuatu yang penting, serta minimnya pelayanan dan jumlah tenaga profesional yang menangani bidang kesehatan mental.

Bentuk pengobatan mental sendiri dibagi menjadi dua, yaitu penanganan secara farmakologis dan non-farmakologis. Jalur farmakologis memanfaatkan penggunaan obat-obatan, sedangkan jalur non-farmakologis bersandar pada

penggunaan terapi dengan tujuan untuk menuntaskan gejala gangguan mental. Salah satu bentuk pengobatan non-farmakologis adalah terapi musik. Menurut Bruscia, terapi musik merupakan proses intervensi sistematis, dimana terapis membantu klien untuk meningkatkan, memulihkan, dan menjaga kesehatannya menggunakan pengalaman musik dan hubungan yang berkembang melalui mereka (Bonde, 1999). Proses tersebut terencana dan terarah pada tujuan tertentu, yang didasari oleh asesmen dan evaluasi dari kebutuhan spesifik, kelebihan, dan kekurangan dari klien.

Bentuk terapi musik didasari oleh beragam teknik yang beragam, salah satunya adalah teknik *therapeutic songwriting*. *Therapeutic songwriting* adalah sebuah proses membuat, mencatat, atau merekam lirik dan musik yang berlangsung dalam hubungan terapeutik antara seorang klien atau lebih dengan terapis. Tujuan dari *therapeutic songwriting* adalah untuk menangani kebutuhan klien dari segi psikososial, emosional, kognitif, dan komunikasi (Baker et al., 2008b). Secara tidak langsung, teknik ini dapat menimbulkan rasa bangga atas pencapaian kreasi yang telah dilakukan, yang tentunya akan mengembangkan kepercayaan diri dan persepsi klien terhadap dirinya (Bailey, 1984). Keberhasilan ini dapat berdampak kepada kualitas penyembuhan yang luas, seperti peningkatan dan eksternalisasi eksplorasi emosi, pikiran, dan fantasi, peningkatan klarifikasi pikiran dan perasaan, peningkatan pengambilan keputusan dan pengembangan rasa diri, interaksi sosial, kreativitas, interaksi dan ekspresi perilaku, validasi diri, dan dukungan dari lingkungan sekitar klien (Ficken, 1976a; Freed, 1987a; Schmidt, 1983).

Adapun, teknik *therapeutic songwriting* ini dapat diaplikasikan bagi semua kalangan, baik ditinjau dari segi usia maupun kondisi (Goldstein, 1990a; Griffis, 2012). Sehingga, teknik ini dapat menjadi sebuah metode yang dapat digunakan dalam lingkungan keluarga. Menurut O'Callaghan (1997), *therapeutic songwriting* dapat memberikan beberapa keuntungan, yaitu memfasilitasi komunikasi yang terjadi antara anggota keluarga, memberikan wadah yang lebih nyaman dibandingkan dengan bentuk terapi lain, menyediakan berbagai bentuk kesempatan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan sosial, meningkatkan kemampuan klien dalam memahami sebuah lirik lagu, memberikan pilihan secara kreatif yang mencakup penggunaan dimensi verbal secara bersamaan, serta membuka kesempatan untuk konseling. Teknik ini juga memberikan wadah bagi individu untuk memproses dan mendiskusikan isu terkait kedukaannya, baik secara verbal maupun non-verbal, yang dapat memberikannya pandangan dan pemikiran baru terhadap proses dan pengembangan *coping strategy* dari kedukaannya (Dalton & Krout, 2005; Hilliard, 2007; Roberts, 2006; Roberts & McFerran, 2013).

Pandemi yang mengakibatkan pembatasan sosial berskala besar menyebabkan terapi musik tidak diizinkan untuk dijalankan secara luring terlebih dahulu. Oleh karena itu, para terapis menggunakan *telehealth* sebagai media yang digunakan untuk laju komunikasi antar terapis dan klien. *Telehealth* merupakan penyampaian fasilitasi dan layanan melalui telekomunikasi dan teknologi komunikasi digital terkait dengan kesehatan yang meliputi perawatan medis, penyedia dan pendidikan bagi pasien, layanan informasi kesehatan, dan perawatan diri pasien (NEJM Catalyst, 2014). Penerapannya menggunakan aplikasi yang menyediakan bentuk

telekomunikasi, disertai dengan kebutuhan audio dan video, seperti *Zoom*, *Google Meet*, dan *Skype*. Dalam terapi musik sendiri, khususnya untuk penggunaan teknik *therapeutic songwriting*, terapis menggunakan *Google Docs* sebagai aplikasi dalam mengubah lagu. Namun, penelitian akan analisa pengaruh dari penerapan teknik ini dengan menggunakan *telehealth* masih sangat minim. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian untuk mengkaji pengaruh penggunaan teknik *therapeutic songwriting* secara *telehealth* untuk anggota keluarga inti yang mengalami kedukaan akibat COVID-19.

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Target partisipan dari penelitian ini adalah individu yang anggota keluarga intinya pernah terpapar *coronavirus* dan mengalami kedukaan. Hasil dari penelitian akan ditinjau berdasarkan analisa data dengan cara mengobservasi dan menelaah rekaman sesi yang mengandung intervensi *therapeutic songwriting* menggunakan instrumen analisa data dan dokumen (catatan terapis, catatan sesi, jurnal yang digunakan, referensi lagu).

## **1.2 Rumusan Permasalahan**

Adapun rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah:

Bagaimana teknik *therapeutic songwriting* mempengaruhi fungsi emosional dan sosial anggota keluarga yang mengalami kedukaan akibat pandemi COVID-19?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi penggunaan teknik *therapeutic songwriting* dalam sesi terapi musik terhadap fungsi emosional dan sosial anggota keluarga yang mengalami keduakaan akibat pandemi COVID-19.

### 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini meliputi:

#### 1) Manfaat Teoretis

- a) Memberikan pengetahuan baru akan bentuk pengaruh penggunaan teknik *therapeutic songwriting* dari terapi musik terhadap salah satu anggota dari beberapa keluarga yang anggota intinya pernah terpapar *coronavirus* dan mengalami keduakaan.
- b) Mengembangkan ide pengobatan baru dan memberikan bentuk alternatif terhadap layanan kesehatan Indonesia khususnya untuk menangani pasien *covid* yang terkena dampak negatif dari segi emosional dan sosial selama dan setelah pandemi berakhir.

#### 2) Manfaat Praktis

- a) Menjadi salah satu acuan untuk terapis dalam menggunakan teknik *therapeutic songwriting* di dalam kegiatan sesi terapi bersama salah satu anggota dari beberapa keluarga yang anggota intinya pernah terpapar *coronavirus* dan mengalami keduakaan.
- b) Memberikan wawasan baru bagi terapis musik akan besar pengaruh dari teknik *therapeutic songwriting* terhadap kondisi emosional dan

sosial anggota keluarga yang anggota intinya pernah terpapar *coronavirus* dan mengalami kedukaan.

- c) Menjadi sebuah gagasan baru bagi institusi layanan kesehatan Indonesia yang dapat membantu mereka menangani pasien *covid* yang memiliki masalah mental terkait fungsi emosional dan sosial.

### **1.5 Ruang Lingkup**

Adapun beberapa ruang lingkup yang dipilih dalam penelitian ini, yaitu:

- 1) Teknik *therapeutic songwriting* dalam sesi terapi musik.
- 2) Satu anggota dari dua keluarga yang anggota intinya pernah terpapar *coronavirus*, dengan kondisi anggota yang telah meninggal, menggunakan alat ukur berupa hasil analisa dengan instrumen analisis data dan dokumen (catatan terapis, catatan sesi, jurnal yang digunakan, referensi lagu).